ਰੇ ਮਨ
ਐਸੋ ਕਰਿ ਸੰਨਿਆਸਾ ॥

ਸੱਚਖੰਡਵਾਸੀ ਸ੍ਰੀਮਾਨ
ਸੰਤ ਸਕਾਲਰ ਨਿਰੰਜਨ ਸਿੰਘ ਜੀ
(ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਕਥਾਕਾਰ)

REY MUN AISO KAR SANYASA

SAINT SCHOLAR NARANJAN SINGH JI
(SHIROMANI KATHAKAR)

REY MUN
ISBN: 978 981 250 110 3
Printed in Singapore

eBook Version 1.0 - May 2015

Published by

Mighty Minds Publishing Pte Ltd
Blk 1008 Toa Payoh North
#06-18 Singapore 318996
Reg No: 199806419Z
Email : mighty@mightyminds.com.sg

ਰੇ ਮਨ ਐਸੋ ਕਰਿ ਸੰਨਿਆਸਾ ॥

ਸੱਚਖੰਡਵਾਸੀ ਸ੍ਰੀਮਾਨ ਸੰਤ ਸਕਾਲਰ ਨਿਰੰਜਨ ਸਿੰਘ ਜੀ
(ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਕਥਾਕਾਰ)

ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦਰਜ ਹੈ । ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਅਤੇ ਸਤਕਾਰ ਨਾਲ ਸੰਭਾਲਨਾ ਜੀ ।

This book contains Shabads and quotations from Gurbani.
Kindly handle it with care and respect.

THIS BOOK IS DISTRIBUTED FREE
and is
STRICTLY NOT FOR SALE.

ਇਹ ਪੁਸਤਕ ਮੁਫ਼ਤ ਵੰਡੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ, ਵੇਚਣ ਲਈ ਨਹੀ ਹੈ । ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਦਾ ਮੁੱਲ(ਕੀਮਤ) ਮਾਯਾ ਨਹੀ, ਬਲਕਿ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਆਤਮਿਕ ਗਿਆਨ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਕਰਨਾ ਹੈ । ਕਿਰਪਾ ਕਰ ਕੇ ਆਪਣਾ ਕੀਮ-ਤੀ ਸਮਾਂ ਕੱਢ ਕੇ, ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹੋ, ਸਮਝੋ ਅਤੇ ਅਪਣੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਢਾਲਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ ।
The price of this spiritual guide is not monetary but spiritual. Kindly read, understand and make an attempt to follow the teachings explained in this book.

OTHER INSPIRING BOOKS
BY SAINT SCHOLAR NARANJAN SINGH JI

1. Divine Mystic Reflections on Gurmat – Book 1
2. Divine Mystic Reflections on Gurmat – Book 2
3. ਅਰਦਾਸ ਕਲਾ
4. The Miracle of Ardaas (English translation of ਅਰਦਾਸ ਕਲਾ)
5. ਜੀਵਨ ਜੁਗਤਿ
6. Guide to Spiritual Consciousness(English translation of ਜੀਵਨ ਜੁਗਤਿ)
7. ਅਕੱਥ ਕਥਾ

For details, kindly go to the following website
www.gurukhoj.com

PRAYER FOR WORLD PEACE

ਸਲੋਕ ਮਃ ੩ ॥
ਜਗਤੁ ਜਲੰਦਾ ਰਖਿ ਲੈ ਆਪਣੀ ਕਿਰਪਾ ਧਾਰਿ ॥
ਜਿਤੁ ਦੁਆਰੈ ਉਬਰੈ ਤਿਤੈ ਲੈਹੁ ਉਬਾਰਿ ॥
ਸਤਿਗੁਰਿ ਸੁਖੁ ਵੇਖਾਲਿਆ ਸਚਾ ਸਬਦੁ ਬੀਚਾਰਿ ॥
ਨਾਨਕ ਅਵਰੁ ਨ ਸੁਝਈ ਹਰਿ ਬਿਨੁ ਬਖਸਣਹਾਰੁ ॥੧॥

O' Lord, the world is in flames;
Save it with Your Grace.
Save it, whatever way it can be saved.
The True Guru shows the path of Peace
in the meditation of the True Name.
Nanak says that other than God
there is no other Liberator.

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ੮੫੩)

ਰੇ ਮਨ ਐਸੋ ਕਰਿ ਸੰਨਿਆਸਾ ॥

ਸੰਤ ਸਕੌਲਰ ਨਿਰੰਜਨ ਸਿੰਘ ਜੀ (ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਕਥਾਕਾਰ) ਠੀਕ ੩ ਵਜੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲੇ ਦੀ ਸਾਧਨਾ ਅਰੰਭ ਕਰ ਦੇਂਦੇ ਸਨ । ਸਰਦੀ, ਗਰਮੀ, ਬਾਰਿਸ਼ ਕੁਝ ਹੋਵੇ ਪਰ ਆਪਜੀ ਦਾ ਇਹ ਨਿਤ ਨੇਮ ਅਵੱਸ਼ ਹੁੰਦਾ । ਆਪ ਜੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਆਸ਼ਰਮ (ਪਟਿਆਲਾ) ਵਿਚ ਤਾਂ ਅਮ੍ਰਿਤ ਵਰਖਾ ਕਰਦੇ ਹੀ ਸਨ ਪਰ ਜੇ ਕਰ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿਚ ਜਾਂਦੇ, ਤਾਂ ਵੀ ਆਪ ਜੀ ਦਾ ਇਹ ਨਿਤ ਨੇਮ ਹੁੰਦਾ ਸੀ । ਆਪ ਜੀ ਅਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲੇ ਕੀਰਤਨ ਦੁਆਰਾ ਸਾਧਨਾ ਕਰਦੇ ਤੇ ਅਗੰਮੀ ਧੁਨੀਆਂ ਰਾਹੀਂ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੇ ਕੀਰਤਨ ਨਾਲ ਸੰਗਤਾਂ ਨੂੰ ਨਿਹਾਲ ਕਰਦੇ ਸਨ । ਆਪ ਜੀ ਦੇ ਇਸ ਇਲਾਹੀ ਕੀਰਤਨ ਅਤੇ ਪ੍ਰਵਚਨ ਸੁਣਨ ਲਈ ਸੰਗਤਾਂ ਦੂਰ ਦੂਰ ਤੋਂ ਪੁਜਦੀਆਂ ਸਨ । ਆਪ ਜੀ ਜਦੋਂ ਗੁਰੂ ਚਰਨਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜ ਕੇ ਪ੍ਰਵਚਨ ਕਰਦੇ ਸਨ, ਤਾਂ ਸੁਣਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦਾ ਸੀ ਜਿਵੇਂ ਸਭ ਕੁਝ ਅਖਾਂ ਦੇ ਸਾਮ੍ਹਣੇ ਵਾਪਰ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ ।

ਇਨਾਂ ਅੰਮ੍ਰਿਤਮਈ ਬਚਨਾਂ ਨੂੰ ਜਰੂਰ ਪੜੋ ਅਤੇ ਨਾਲ ਨਾਲ, ਔਡੀਓ ਰਾਹੀਂ ਸੁਣ ਕੇ ਲਾਹਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ ਜੀ । ਆਪ ਜੀ ਔਡੀਓ www.gurukhoj.com ਵੈਬਸਇਟ ਤੋਂ ਡਾਓਨਲੋਡ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ।

Saint Scholar Naranjan Singh Ji (Shiromani Kathakar) used to stress on the need to rise at amritwela. For thirty-five years, he led an amritwela sadhana from 3am to 5am every morning at Guru Nanak Ashram, Patiala. During these amritwela sadhanas, the lights would be turned off at 3am sharp. Only a dim candle would be lighted near the Pothi Sahib on Sant Ji's harmonium. He did the sadhana with intense love(ਬੈਰਾਗ). Everything would come to a still and the atmosphere felt peaceful and tranquil.

This book gives the transcripts of one amritvela sadhana (mp3 of this can be downloaded at www.gurukhoj.com). This recording is from one of these amritvela sadhanas. It is strongly recommended that you read this chapter and listen to the audio at the same time.

ਅਬ ਹਮ ਚਲੀ ਠਾਕੁਰ ਪਹਿ ਹਾਰਿ ॥
Now, I have come, exhausted, to my Lord and Master.

ਜਬ ਹਮ ਸਰਣਿ ਪ੍ਰਭੂ ਕੀ ਆਈ ਰਾਖੁ ਪ੍ਰਭੂ ਭਾਵੈ ਮਾਰਿ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥
Now that I have come seeking Your Sanctuary, God,
please, either save me, or kill me.

ਲੋਕਨ ਕੀ ਚਤੁਰਾਈ ਉਪਮਾ ਤੇ ਬੈਸੰਤਰਿ ਜਾਰਿ ॥
I have burnt in the fire the clever devices and praises of the world.

ਕੋਈ ਭਲਾ ਕਹਉ ਭਾਵੈ ਬੁਰਾ ਕਹਉ ਹਮ ਤਨੁ ਦੀਓ ਹੈ ਢਾਰਿ ॥੧॥
Some speak good of me, and some speak ill of me,
but I have surrendered my body to You.

ਜੋ ਆਵਤ ਸਰਣਿ ਠਾਕੁਰ ਪ੍ਰਭੁ ਤੁਮਰੀ ਤਿਸੁ ਰਾਖਹੁ ਕਿਰਪਾ ਧਾਰਿ ॥
Whoever comes to Your Sanctuary, O God, Lord and Master,
You save by Your Merciful Grace.

ਜਨ ਨਾਨਕ ਸਰਣਿ ਤੁਮਾਰੀ ਹਰਿ ਜੀਉ ਰਾਖਹੁ ਲਾਜ ਮੁਰਾਰਿ ॥੨॥੪॥
Servant Nanak has entered Your Sanctuary, Dear Lord;
O Lord, please, protect his honour!

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ੫੨੭)

ਅਬ ਰਾਖਹੁ ਦਾਸ ਭਾਟ ਕੀ ਲਾਜ ॥
Now, please preserve the honour of Your humble slave.

ਜੈਸੀ ਰਾਖੀ ਲਾਜ ਭਗਤ ਪ੍ਰਹਿਲਾਦ ਕੀ ਹਰਨਾਖਸ ਫਾਰੇ ਕਰ ਆਜ ॥
God saved the honour of the devotee Prahlaad,
when Harnaakhash tore him apart with his claws.

ਫੁਨਿ ਦ੍ਰੋਪਤੀ ਲਾਜ ਰਖੀ ਹਰਿ ਪ੍ਰਭ ਜੀ ਛੀਨਤ ਬਸਤ੍ਰ ਦੀਨ ਬਹੁ ਸਾਜ ॥
And the Dear Lord God saved the honour of Dropadi;
when her clothes were stripped from her,
she was blessed with even more.

ਸੋਦਾਮਾ ਅਪਦਾ ਤੇ ਰਾਖਿਆ ਗਨਿਕਾ ਪੜ੍ਹਤ ਪੂਰੇ ਤਿਹ ਕਾਜ ॥
Sudaamaa was saved from misfortune;
When Ganikaa (a prostitute) chanted Your Name,
her affairs were perfectly resolved.

ਸ੍ਰੀ ਸਤਿਗੁਰ ਸੁਪ੍ਰਸੰਨ ਕਲਜੁਗ ਹੋਇ ਰਾਖਹੁ ਦਾਸ ਭਾਟ ਕੀ ਲਾਜ॥੮॥੧੨॥
O Great True Guru, if it pleases You,
please save the honour of Your slave in this Dark Age of kali Yuga.

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ੧੪੦੦)

ਸੁਣਿ ਮੁੰਧੇ ਹਰਣਾਖੀਏ ਗੂੜਾ ਵੈਣੁ ਅਪਾਰੁ ॥
O bride with deer-like eyes,
listen to the words of deep and infinite wisdom.

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ੧੪੧੦)

ਦੋਹੀ ਦਿਚੈ ਦੁਰਜਨਾ ਮਿਤ੍ਰਾਂ ਕੂੰ ਜੈਕਾਰੁ ॥
Proclaim that you will not associate with evil people;
celebrate victory with your friends.

ਜਿਤੁ ਦੋਹੀ ਸਜਣ ਮਿਲਨਿ ਲਹੁ ਮੁੰਧੇ ਵੀਚਾਰੁ ॥
This proclamation, to meet with your friends,
O bride - give it some thought.

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ੧੪੧੦)

ਉਡਹੁ ਨ ਕਾਗਾ ਕਾਰੇ ॥
So fly away, black crow,

ਬੇਗਿ ਮਿਲੀਜੈ ਅਪੁਨੇ ਰਾਮ ਪਿਆਰੇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥
so that I may quickly meet my Beloved Lord.

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ੩੩੭)

ਕਰ ਕਾਸਾ ਦਰਸਨ ਕੀ ਭੂਖ ॥
My hands are my begging bowl;
I am so hungry for the Blessed Vision of Your Darshan.

ਮੈ ਦਰਿ ਮਾਗਉ ਨੀਤਾ ਨੀਤ ॥੧॥
I beg at Your Door, day after day.

ਤਉ ਦਰਸਨ ਕੀ ਕਰਉ ਸਮਾਇ ॥
I long for the Blessed Vision of Your Darshan.

ਮੈ ਦਰਿ ਮਾਗਤੁ ਭੀਖਿਆ ਪਾਇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥
I am a beggar at Your Door - please bless me with Your charity.

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ੭੨੧)

ਕਿਹੜੀ ਵਿਧੀ ਬਣ ਜਾਏ ਜਿਸ ਨਾਲ਼ ਭਿਖਾਰੀ ਕਾਮਯਾਬ ਹੋ ਜਾਏ ਆਪਣੀ ਭਿੱਖਿਆ ਲੈਣ ਵਿੱਚ, ਜਿਸ ਤੋਂ ਉਹ ਭਿੱਖਿਆ ਮੰਗਦਾ ਹੈ ? ਕੋਈ ਐਸੀ ਬਾਣੀ ਭਿਖਾਰੀ ਲੋਕ ਬੋਲਦੇ ਨੇ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਭਿਖਾਰੀ ਦੇ, ਭਿਖਾਰੀਆਂ ਦੇ ਜਾਂ ਭਿਖਾਰੀ ਦੇ ਬੋਲ ਸੁਣਨ ਨਾਲ਼, ਦਾਤ ਦੇਣ ਵਾਲ਼ੇ ਦੀ ਰੁਚੀ, ਸੁਭਾਉ ਬਣਦਾ ਹੈ ਕਿ ਦਿਓ, ਬਹੁਤ ਚਿਰ ਦਾ ਖੜ੍ਹਾ ਹੈ । ਕਿਉਂਕੇ ਭਿਖਾਰੀ ਲਈ, ਆਮ, ਕੋਈ ਭਾਵਨਾ ਤਾਂ ਹੁੰਦੀ ਨਹੀਂ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਦੀ; ਬਹੁਤ ਭਿਖਾਰੀ ਹਨ । ਲੋਕ ਲੰਘਦੇ ਨੇ ਕਿ ਭਿਖਾਰੀ ਕਿਤੇ ਮੱਥੇ ਨਾ ਲੱਗ ਜਾਏ । ਪਰ ਭਿਖਾਰੀ ਢੀਠ ਹੁੰਦਾ ਹੈ । ਉਹ ਮੰਗਦਾ ਹੀ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਉਹ ਮੰਗਣ ਚ ਸ਼ਰਮ, ਮੰਗਣ ਵਿਚ ਸੰਗ ਨਹੀ ਰੱਖਦਾ ।

ਪਾਵਉ ਦਾਨੁ ਢੀਠੁ ਹੋਇ ਮਾਗਉ ਮੁਖਿ ਲਾਗੈ ਸੰਤ ਰੇਨਾਰੇ ॥
I beg with persistence to receive this gift,
that the dust of the Saints might touch my face.

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ੭੩੮)

ਢੀਠ ਹੋਣਾ ਭਿਖਾਰੀ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਗੁਣ ਹੈ । ਆਪਾਂ ਵੀ ਉਸ ਦਰ ਤੇ ਆਉਂਦੇ ਹਾਂ, ਐਸੇ ਬੋਲ ਬੋਲਦੇ ਜਾਈਏ, ਦੇਣ ਵਾਲ਼ੇ ਦਾ ਧਿਆਨ ਇੱਧਰ ਆ ਜਾਏ ।

ਬਹੁਤਿਆਂ ਨਾਲ ਵਾਹ ਪਾ ਕੇ ਮਨੁੱਖ ਖੁਆਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ । ਬਹੁਤੇ ਮੀਤ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲਾ ਇਨਸਾਨ ਸੁੱਖ ਨਹੀਂ ਪਾਉਂਦਾ । ਮੀਤ ਇੱਕੋ ਹੀ ਬਹੁਤ ਹੈ । ਕਿਤੇ ਇੱਕ ਨਾਲ਼ ਵੀ ਨਿਭ ਜਾਏ, ਕਿਉਂਕਿ ਨਿਭਣਾ ਉਤਨਾ ਕਠਿਨ ਹੈ, ਬਹੁਤ ਹੀ ਕਠਿਨ ਹੈ ।

ਕੋਈ... ਮਹਾਰਾਜ ਆਪ ਕਹਿੰਦੇ ਨੇ, ਦੁਆਰੇ ਤੇ ਢਹਿ ਪੈਣਾ ਬਹੁਤ ਕਠਿਨ ਹੈ । ਆਪਾਂ ਲੋਕ, ਆਉ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦਰ ਤੇ ਉਸ ਵੇਲੇ ਦੀ ਉਡੀਕ, ਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨ, ਕਦੋਂ ਦਰਸ਼ਨ ਹੋਣਗੇ ? ਆਪਾਂ ਵਾਹ ਪਾਈਏ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨਾਲ, ਇੱਕ ਨਾਲ਼, ਬਹੁਤਿਆਂ ਨਾਲ਼ ਨਹੀਂ । ਜਾਂ ਕੋਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ,

ਜਿਵੇਂ ਨੰਦ ਲਾਲ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਨੇ, ਉਸ ਗਲ਼ੀ ਚੋਂ ਕੁੱਤਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ । ਜੇ ਮੈਂ ਵੇਖਦਾ ਹਾਂ, ਇਹ ਕੁੱਤਾ ਮੇਰੇ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਗਲ਼ੀ ਚੋਂ ਆਇਆ ਹੈ । ਮੇਰਾ ਜੀਅ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਕੁੱਤੇ ਦੇ ਪੈਰਾਂ ਉੱਤੇ ਡਿੱਗ ਪਵਾਂ । ਹੈ ਤੇ ਕੁੱਤਾ ਪਰ ਗਲ਼ੀ ਚੋਂ ਆਇਆ ਹੈ । ਲੈਲਾ ਦੀ ਦਰਗਾਹ ਦਾ ਕੁੱਤਾ, ਲੈਲਾ ਦੀ ਗਲ਼ੀ ਚੋਂ ਆਇਆ ਕੁੱਤਾ, ਮਜਨੂ ਪੈਰੀਂ ਡਿੱਗਦਾ ਹੈ । ਲੋਕ ਹੱਸਦੇ ਬੜਾ ਹਨ ।

ਧਨੁ ਸੁ ਵੇਲਾ ਜਿਤੁ ਦਰਸਨੁ ਕਰਣਾ ॥
Blessed is that time, when the Blessed Vision of His Darshan is given;

ਹਉ ਬਲਿਹਾਰੀ ਸਤਿਗੁਰ ਚਰਣਾ ॥੧॥
I am a sacrifice to the feet of the True Guru.

ਜੀਅ ਕੇ ਦਾਤੇ ਪ੍ਰੀਤਮ ਪ੍ਰਭ ਮੇਰੇ ॥
You are the Giver of souls, O my Beloved God.

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ੫੬੨)

ਓ ਜੀਅ ਕੇ ਦਾਤੇ ! ਉਮਰ ਤਾਂ ਬੀਤ ਗਈ । ਕਦੋਂ ਬਖ਼ਸ਼ੋਂਗੇ 'ਜੀਅ ਦਾਨ'?

ਜੀਅ ਕੇ ਦਾਤੇ ਪ੍ਰੀਤਮ ਪ੍ਰਭ ਮੇਰੇ ॥
You are the Giver of souls, O my Beloved God.

ਮਨੁ ਜੀਵੈ ਪ੍ਰਭ ਨਾਮੁ ਚਿਤੇਰੇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥
My soul lives by reflecting upon the Name of God.

ਸਚੁ ਮੰਤ੍ਰੁ ਤੁਮਾਰਾ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਬਾਣੀ ॥
True is Your Mantra, Ambrosial is the Bani of Your Word.

ਸੀਤਲ ਪੁਰਖ ਦ੍ਰਿਸਟਿ ਸੁਜਾਣੀ ॥੨॥
Cooling and soothing is Your Presence, all-knowing is Your gaze.

ਸਚੁ ਹੁਕਮੁ ਤੁਮਾਰਾ ਤਖਤਿ ਨਿਵਾਸੀ ॥
True is Your Command; You sit upon the eternal throne.

ਆਇ ਨ ਜਾਵੈ ਮੇਰਾ ਪ੍ਰਭੁ ਅਬਿਨਾਸੀ ॥੩॥
My eternal God does not come or go.

ਤੁਮ ਮਿਹਰਵਾਨ ਦਾਸ ਹਮ ਦੀਨਾ ॥
You are the Merciful Master; I am Your humble servant.

ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬੁ ਭਰਪੁਰਿ ਲੀਣਾ ॥੪॥੨॥
O Nanak,
the Lord and Master is totally permeating and pervading everywhere.

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ੫੬੨)

ਜੀਅ ਕੇ ਦਾਤੇ ਪ੍ਰੀਤਮ ਪ੍ਰਭ ਮੇਰੇ ॥
You are the Giver of souls, O my Beloved God.

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ੫੬੨)

ਇੱਕ second ਬਖ਼ਸ਼ ਦੇਣਾ । "ਦਾਤਾ" ਸ਼ਬਦ ਬੜਾ ਸਮਝ ਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ – "ਜੋ ਦਾਤ ਦਿੰਦਾ ਹੈ" । ਦਾਤਾਂ ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਹਨ ਦਾਤਾਰ ਦੇ ਪਾਸ, ਬਹੁਤ ਹੀ ਦਾਤਾਂ ਹਨ, ਬੇਅੰਤ ਹਨ । ਸਵਾਲ ਹੈ, ਸੁਖਦਾਈ ਦਾਤ ਕਿਹੜੀ ਹੈ ?

ਗੁਰੂ ਪੂਰਨ ਹਨ । ਇਤਨੇ ਪੂਰਨ ਹਨ, ਇਤਨੀ ਸਿਆਣਪ ਰੱਖਦੇ ਹਨ, ਕਿਤੇ ਕੋਈ ਗ਼ਲਤ ਦਾਤ ਨਾ ਮੰਗੀ ਜਾਏ – ਉਹਨੇ ਤੇ ਦੇ ਦੇਣੀ ਹੈ । **ਬਾਣੀ ਚ ਆਇਆ ਹੈ ਕਿ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਕੋਈ ਬਿਰਦ ਹੈ – ਜੈਸੀ ਭੁੱਖ ਹੈ, ਪੂਰੀ ਕਰਦਾ ਹੈ । ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਪਾਪੀ ਨੂੰ ਪਾਪ ਕਰਨ ਲਈ ਕੋਈ ਥਾਂ ਨਹੀਂ । ਪਰ ਪਾਪੀ ਦੀ ਇੱਛਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਾਪ ਕਰਨਾ । ਉਹਦੀ ਵੀ ਪੂਰੀ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ । ਗ਼ਲ ਵੱਢਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਗ਼ਲ ਵੱਢ ਰਹੇ ਨੇ – ਉਹਦਾ ਸੰਕਲਪ ਪੂਰਾ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ । ਅੱਗੋਂ ਉਹਦਾ ਫ਼ਲ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ? ਪਰਿਣਾਮ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਵੱਖਰੀ ਗੱਲ ਹੈ । Reaction ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਬਿਲਕੁਲ different ਗੱਲ ਹੈ ।** ਪਰ ਜੋ ਕੋਈ ਇੱਥੇ ਕਰਨਾ(ਕਰਨ ਦੀ) ਇੱਛਾ ਰੱਖਦਾ ਹੈ, ਵਿਧੀ ਐਸੀ ਬਣਾਈ ਹੈ, ਉਹ ਪੂਰੀ ਹੁੰਦੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ ।

ਪਰ **ਗੁਰੂ ਮਹਾਰਾਜ ਸਾਵਧਾਨ ਕਰਦੇ ਨੇ, ਜਦੋਂ ਦਾਤੇ ਦੇ ਦਰ ਤੇ ਜਾਵੇਂ,**

ਉਹਦੇ ਦੁਆਰੇ ਤੇ ਡਿੱਗਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਮਿਲੇ, ਇੱਕ ਤੇ ਢਿੱਗ ਪੈਣਾ, ਉਹਦੇ ਚ ਕੋਈ ਹਉਮੈ ਨਾ ਰੱਖ ਲੈਣਾ, ਆਪਾ ਨਾ ਪਿੱਛੇ ਰਖ ਲੈਣਾ । ਫਿਰ ਨਹੀਂ ਉਹ ਦਾਤ ਮਿਲਣੀ । ਦੂਜੀ ਗੱਲ, ਮੰਗਣਾ ਕੀ ਹੈ? "ਜੀਅ ਦਾਨ" । "ਜੀਅ ਦਾਨ" ਤੋਂ ਭਾਵ ਕੀ ਹੈ ? "ਕਾਲ ਰਹਿਤ ਜੀਵਨ" – Immortal Life.

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ! ਇਹ ਜੀਵਨ ਜਿਹੜਾ ਕਾਲ ਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਤਾਂ ਕਾਲ ਦਾ ਜੀਵਨ ਹੈ । ਕਾਲ ਵਿੱਚ ਹੀ ਆਇਆ ਹੈ, ਕਾਲ ਵਿੱਚ ਹੀ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ । ਇਕ ਦਿਨ ਕਾਲ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਮਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਕਾਲ ਇਹਨੂੰ ਮਾਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ । ਕੋਈ ਇਹਦੀ ਰਿਆਇਤ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਕੋਈ ਸੰਤ ਹੈ, ਕੋਈ ਕੌਣ ਹੈ । ਕਿਉਂਕੇ ਕਾਲ ਦਾ ਜੀਵਨ ਹੈ ।

ਮਹਾਰਾਜ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਤੂੰ ਦਰ ਤੇ ਜਾਣਾ, ਕੁਛ ਨਾ ਮੰਗਣਾ ਹੋਰ – ਨਾ ਰਾਜ, ਨਾ ਭਾਗ । ਇਹ ਤੁੱਛ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹਨ । ਇਹ ਤਾਂ ਤੇਰੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਰੁਲ਼ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ।

ਤੂੰ ਕੀ ਮੰਗਣਾ ਫਿਰ ? ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਤੋਂ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ, ਗੁਰਾਂ ਦੇ ਦੁਆਰੇ ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਕੀ ਮੰਗਣਾ ਹੈ ? "ਮਹਾਰਾਜ, ਕਾਲ ਰਹਿਤ ਜੀਵਨ ਦੇ ਦਿਓ" । ਆਪਾਂ, ਅਰਦਾਸ ਕਰੋ ਸਭ ਹੀ । ਕੀ ਮੰਗੀਏ ?

ਜੀਅ ਕੇ ਦਾਤੇ ਪ੍ਰੀਤਮ ਪ੍ਰਭ ਮੇਰੇ ॥
You are the Giver of souls, O my Beloved God.
ਮਨੁ ਜੀਵੈ ਪ੍ਰਭ ਨਾਮੁ ਚਿਤੇਰੇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥
My soul lives by reflecting upon the Name of God.

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ੫੬੨)

ਇਹ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਸਮਾਗਮ ਹੈ । ਨਾਮ ਕੀ ਸੁੱਝਿਆ – ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਸਮਾਗਮ ।

ਤਹੀ ਪ੍ਰਕਾਸ ਹਮਾਰਾ ਭਯੋ ॥

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਸਾਹਿਬ ਜੀ – ਬਚਿਤ੍ਰ ਨਾਟਕ)

ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ: ਮੈਂ ਇਸ ਧਰਤੀ ਤੇ, ਮੇਰੇ ਅਕਾਲ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਕਰ ਦਿਤਾ। ਉਹ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਦਾ ਕੋਈ, ਛੋਟੀ ਜਿਹੀ ਕੋਈ ਕਿਰਨ ਆਪਣੇ ਜੀਵਣ ਚ ਆ ਸਕੇ - ਕਿੰਨਾ ਕੁ ਆਨੰਦ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਕਹਿ ਦਈਏ ਕਿ ਮਹਾਰਾਜ ਦਸਵੇਂ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਸੂਰਜ ਹਨ। ਇੱਕ ਮਿਸਾਲ ਦੇ ਦੇਈਏ ਸੂਰਜ ਦੀ। ਉਸ ਸੂਰਜ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਦੀ ਕਿਰਨ ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਚ ਆਏ, ਇਸ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ਼ ਇਹ ਦਿਨ ਚਲਾਈਏ, ਸੱਚੇ ਦਿਲੋਂ ਚਲਾਈਏ, ਕੁੱਝ ਪਲਟੀਏ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ।

ਜਿਨ ਮਸਤਕਿ ਧੁਰਿ ਹਰਿ ਲਿਖਿਆ ਤਿਨਾ ਸਤਿਗੁਰੁ ਮਿਲਿਆ ਰਾਮ ਰਾਜੇ॥
Those who have the blessed pre-ordained destiny of the Lord written on their foreheads, meet the True Guru, the Lord King.

ਅਗਿਆਨੁ ਅੰਧੇਰਾ ਕਟਿਆ ਗੁਰ ਗਿਆਨੁ ਘਟਿ ਬਲਿਆ ॥
The Guru removes the darkness of ignorance,
and spiritual wisdom illuminates their hearts.

ਹਰਿ ਲਧਾ ਰਤਨੁ ਪਦਾਰਥੋ ਫਿਰਿ ਬਹੁੜਿ ਨ ਚਲਿਆ ॥
They find the wealth of the jewel of the Lord,
and then, they do not wander any longer.

ਜਨ ਨਾਨਕ ਨਾਮੁ ਆਰਾਧਿਆ ਆਰਾਧਿ ਹਰਿ ਮਿਲਿਆ ॥੧॥
Servant Nanak meditates on the Naam, the Name of the Lord,
and in meditation, he meets the Lord.

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ੪੫੦)

ਨਾਨਕ ਮੇਰੁ ਸਰੀਰ ਕਾ ਇਕੁ ਰਥੁ ਇਕੁ ਰਥਵਾਹੁ ॥
O Nanak, the soul of the body has one chariot and one charioteer.

ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਫੇਰਿ ਵਟਾਈਅਹਿ ਗਿਆਨੀ ਬੁਝਹਿ ਤਾਹਿ ॥
In age after age they change; the spiritually wise understand this.

ਸਤਜੁਗਿ ਰਥੁ ਸੰਤੋਖ ਕਾ ਧਰਮੁ ਅਗੈ ਰਥਵਾਹੁ ॥
In the Golden Age of Sat Yuga, contentment was the chariot
and righteousness the charioteer.

ਤ੍ਰੇਤੈ ਰਥੁ ਜਤੈ ਕਾ ਜੋਰੁ ਅਗੈ ਰਥਵਾਹੁ ॥
In the Silver Age of Traytaa Yuga,
celibacy was the chariot and power the charioteer.

ਦੁਆਪੁਰਿ ਰਥੁ ਤਪੈ ਕਾ ਸਤੁ ਅਗੈ ਰਥਵਾਹੁ ॥
In the Brass Age of Dwaapar Yuga,
penance was the chariot and truth the charioteer.

ਕਲਜੁਗਿ ਰਥੁ ਅਗਨਿ ਕਾ ਕੂੜੁ ਅਗੈ ਰਥਵਾਹੁ ॥੧॥
In the Iron Age of Kali Yuga,
fire is the chariot and falsehood the charioteer.

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ੪੭੦)

ਸਾਮ ਕਹੈ ਸੇਤੰਬਰੁ ਸੁਆਮੀ ਸਚ ਮਹਿ ਆਛੈ ਸਾਚਿ ਰਹੇ ॥
ਸਭੁ ਕੋ ਸਚਿ ਸਮਾਵੈ ॥
The Sama Veda says that the Lord Master is robed in white;
in the Age of Truth, everyone desired Truth, abided in Truth,
and was merged in the Truth.

ਰਿਗੁ ਕਹੈ ਰਹਿਆ ਭਰਪੂਰਿ ॥
The Rig Veda says that God is permeating and pervading everywhere;

ਰਾਮ ਨਾਮੁ ਦੇਵਾ ਮਹਿ ਸੂਰੁ ॥
among the deities, the Lord's Name is the most exalted.

ਨਾਇ ਲਇਐ ਪਰਾਛਤ ਜਾਹਿ ॥
Chanting the Name, sins depart;

ਨਾਨਕ ਤਉ ਮੋਖੰਤਰੁ ਪਾਹਿ ॥
O Nanak, then, one obtains salvation.

ਜੁਜ ਮਹਿ ਜੋਰਿ ਛਲੀ ਚੰਦ੍ਰਾਵਲਿ ਕਾਨ੍ ਕ੍ਰਿਸਨੁ ਜਾਦਮੁ ਭਇਆ ॥
In the Jujar Veda,
Kaan Krishna of the Yaadva tribe seduced Chandraavali by force.

ਪਾਰਜਾਤੁ ਗੋਪੀ ਲੈ ਆਇਆ ਬਿੰਦ੍ਰਾਬਨ ਮਹਿ ਰੰਗੁ ਕੀਆ ॥
He brought the Elysian Tree for his milk-maid,
and revelled in Brindaaban.

ਕਲਿ ਮਹਿ ਬੇਦੁ ਅਥਰਬਣੁ ਹੂਆ ਨਾਉ ਖੁਦਾਈ ਅਲਹੁ ਭਇਆ ॥
In the Dark Age of Kali Yuga, the Atharva Veda became prominent;
Allah became the Name of God.

ਨੀਲ ਬਸਤ੍ਰ ਲੇ ਕਪੜੇ ਪਹਿਰੇ ਤੁਰਕ ਪਠਾਣੀ ਅਮਲੁ ਕੀਆ ॥
Men began to wear blue robes and garments;
Turks and Pat'haans assumed power.

ਚਾਰੇ ਵੇਦ ਹੋਏ ਸਚਿਆਰ ॥
The four Vedas each claim to be true.

ਪੜਹਿ ਗੁਣਹਿ ਤਿਨ੍ ਚਾਰ ਵੀਚਾਰ ॥
Reading and studying them, four doctrines are found.

ਭਾਉ ਭਗਤਿ ਕਰਿ ਨੀਚੁ ਸਦਾਏ ॥ ਤਉ ਨਾਨਕ ਮੋਖੰਤਰੁ ਪਾਏ ॥੨॥
With loving devotional worship, abiding in humility,
O Nanak, salvation is attained.

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ੪੭੦)

ਸਤਿਗੁਰ ਵਿਟਹੁ ਵਾਰਿਆ ਜਿਤੁ ਮਿਲਿਐ ਖਸਮੁ ਸਮਾਲਿਆ ॥
I am a sacrifice to the True Guru;
meeting Him, I have come to cherish the Lord Master.

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ੪੭੦)

ਵਿਚਾਰਦੇ ਜਾਈਏ, ਨਾਲ਼ੋ-ਨਾਲ਼ ਵਿਚਾਰੀਏ ।

ਜਿਨਿ ਕਰਿ ਉਪਦੇਸੁ ਗਿਆਨਅੰਜਨੁ ਦੀਆ ਇਨ੍ਹੀ ਨੇਤ੍ਰੀ ਜਗਤੁ ਨਿਹਾਲਿਆ॥
He has taught me
and given me the healing ointment of spiritual wisdom,
and with these eyes, I behold the world.

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ੪੭੦)

ਕੌਣ ਡੁੱਬ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ? ਜੋ ਇੱਕ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਥਾਂ ਥਾਂ ਤੇ ਭਟਕਦੇ ਹਨ ।

ਖਸਮੁ ਛੋਡਿ ਦੂਜੈ ਲਗੇ ਡੁਬੇ ਸੇ ਵਣਜਾਰਿਆ ॥
Those dealers who abandon their Lord
and attach themselves to another are drowned.

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ੪੭੦)

ਕੋਈ ਬਚਾ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ । ਡੁੱਬ ਜਾਣਗੇ ਐਸੇ ।

ਸਤਿਗੁਰੂ ਹੈ ਬੋਹਿਥਾ ਵਿਰਲੈ ਕਿਨੈ ਵੀਚਾਰਿਆ ॥
The True Guru is the boat, but few are those who realise this.

ਪਰ ਵਿਰਲੇ ਲੋਕ ਹਨ, ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਗੱਲ ਸਮਝ ਆਈ ।

ਸਤਿਗੁਰੂ ਹੈ ਬੋਹਿਥਾ ਵਿਰਲੈ ਕਿਨੈ ਵੀਚਾਰਿਆ ॥
The True Guru is the boat, but few are those who realise this.

ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਪਾਰਿ ਉਤਾਰਿਆ ॥੧੩॥
Granting His Grace, He carries them across.

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ੪੭੦)

ਜਮਨਾ ਦੇ ਕੰਢੇ ਤੇ – ਜੀਅ ਕਰਦਾ ਹੈ ਉਸ ਸ਼ੇਰ ਨੂੰ ਨਮਸਕਾਰ ਕਰੀਏ, ਜੋ ਗੁਰੂ ਜੀ ਦੀ ਤੇਗ ਨਾਲ਼ ਚੀਰੀਆ ਗਿਆ । ਕਿੱਡਾ ਭਾਗਾਂ ਵਾਲਾ । ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੀ ਤੇਗ ਉਹਨੂੰ ਚੀਰ ਰਹੀ ਹੈ । ਨਮਸ਼ਕਾਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਬਾਣੀ ਤੋਂ ਅਜ : "ਰੇ ਮਨ ਐਸੋ ਕਰਿ ਸੰਨਿਆਸਾ ॥" ਇਹ ਆਵਾਜ਼ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ, ਆਵਾਜ਼ ਤਾਂ ਨਹੀ ਹੈ, ਬੋਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਸਾਈਏ ਸੁਰਤ ਵਿੱਚ । ਉਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਤਾਂਕਿ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਚਿੱਤਰ ਕਿਸੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਸੁਰਤ ਵਿੱਚ ਆ ਜਾਏ, ਵਾਰ-ਵਾਰ ਇਹ ਕਹਿੰਦੇ ਜਾਣਾ :

ਵਹ ਪ੍ਰਗਟਿਓ ਮਰਦ ਅਗੰਮੜਾ ਵਰੀਆਮ ਇਕੇਲਾ॥
ਵਾਹ ਵਾਹ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਆਪੇ ਗੁਰੁ ਚੇਲਾ ॥੧੭॥

(ਭਾਈ ਗੁਰਦਾਸ ਜੀ, ਵਾਰ ੪੧)

ਆਪ ਨੇ ਨਦਿਰ ਰਖਨੀ । ਇੱਕ-ਇੱਕ ਦੀ ਨਦਿਰ ਰਲ਼ ਕੇ, ਇੱਕ-ਇੱਕ ਦੀ ਪਿਆਸ ਰਲ਼ ਕੇ, ਇੱਕ-ਇੱਕ ਦੀ ਭਾਵਨਾ, ਅਰਦਾਸ ਰਲ਼ ਜਾਏ । ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ ਦਰ ਤੇ ਇਹ ਫਰਿਆਦ, ਇਹ ਪੁਕਾਰ ਚਲੀ ਜਾਏ । ਅਪਣਾ ਜਨਮ ਸੰਵਰ ਜਾਏ ।

ਐਸਾ ਨਾ ਕਰੋ ਭਾਈ, ਤਿੰਨ ਵਜੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਫਿਰ ਇਕਾਗਰਤਾ ਹੋਣ ਲਈ ਸਾਜ਼ ਬਜਾਈਏ । ਐਸ ਵੇ.ਲੇ ਥੋੜ੍ਹਾ ਜਿਹਾ ਸਾਵਧਾਨ ਰਹਿਣਾ ਹੈ ।

ਆਰੰਭ ਹੈ । ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲੇ ਦੀ ਆਰੰਭ । ਦਿਨੇ ਵੀ ਫਿਰ ੮ ਵਜੇ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ੯.੩੦ ਤੱਕ ਆਰਾਧਨਾ ਦਸਵੇਂ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦੇ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਆਪਾਂ ਸਮਾਂ ਬਤੀਤ ਕਰਨਾ ਹੈ । ਇਹ ਵੇਲਾ ਵੀ ਆਪ ਨੇ ਵਿਚਾਰਨਾ ਹੈ । ਹੋ ਸਕੇ, ਇਸ ਵੇ.ਲੇ ਨੂੰ ਵੀ ਸੰਭਾਲਣਾ ਹੈ ।

ਰੇ ਮਨ ਐਸੋ ਕਰਿ ਸੰਨਿਆਸਾ ॥
O mind! Practise renunciation in this way:

ਬਨ ਸੇ ਸਦਨ ਸਭੈ ਕਰਿ ਸਮਝਹੁ ਮਨ ਹੀ ਮਾਹਿ ਉਦਾਸਾ ॥ ੧॥ ਰਹਾਉ ॥
Consider all the dwellings to be the forest. Remain detached at heart.

ਜਤ ਕੀ ਜਟਾ ਜੋਗ ਕੋ ਮੱਜਨੁ ਨੇਮ ਕੇ ਨਖਨ ਬਢਾਓ ॥
Make continence your matted hair, union with God your ablution
and your daily practice (duties) growth of your long nails.

ਗਯਾਨ ਗੁਰੂ ਆਤਮ ਉਪਦੇਸਹੁ ਨਾਮ ਬਿਭੂਤ ਲਗਾਓ ॥੧॥
Consider divine knowledge your preceptor, preach yourself
and apply the repetition of God's name as ashes to your body.

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਸਾਹਿਬ ਜੀ – ਸ਼ਬਦ ਹਜ਼ਾਰੇ)

ਇੱਕ second. ਸੰਨਿਆਸ ਦੇ ਬੜੇ ਸਿੱਧੇ ਅਰਥ ਹਨ । ਪੂਰਨ ਤੌਰ ਤੇ, ਸਰੀਰ ਦੇ ਕਰਮ ਦੁਆਰਾ, ਬਾਣੀ ਦੇ ਜਿਹੜੇ ਬੋਲ ਹਨ, ਵਿੱਚੇ ਇਹ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ । ਬਾਣੀ ਦੁਆਰੇ, ਸਰੀਰ ਦੁਆਰੇ, ਸੰਕਲਪ ਚੋਂ ਤਿਆਗ ਦਿੱਤੀ ਕੋਈ ਵਸਤੂ, ਤਿਆਗ ਦਿੱਤੀ ਹੈ, ਉਹਨੂੰ ਤਿਆਗ ਕਿਹਾ । ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਨਾਮ, ਪੁਰਾਤਨ ਨਾਮ, ਪੁਰਾਣਾ ਨਾਮ 'ਸੰਨਿਆਸ' ਹੈ ।

ਲੱਖਾਂ ਵਰ੍ਹੇ ਹੋਏ, ਇਹ ਸੰਨਿਆਸ ਦੀ ਗੱਲ ਚਲਾਈ ਗਈ । ਇਸ ਵੇ.ਲੇ ਆਪਾਂ ਕੋਈ ਬਹੁਤੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ, ਬੋਲਣ ਵਿੱਚ ਪੈਣਾ ਨਹੀਂ । ਸਮਝੋ! ... ਦੇ ਕੁਝ ਬੋਲ ਵਾਕ ਤੱਤ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਲਈ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ।

ਤਿਆਗ ਕਿਉਂ ਕੀਤਾ ਕਿ - ਭਰਥਰੀ ਨੇ ਤਿਆਗ ਕੀਤਾ ਕਿ ਮੇਰੀ ਰਾਣੀ ਨੇ ਦਗਾ ਕੀਤਾ ਮੇਰੇ ਨਾਲ । ਤੁਲਸੀ ਦਾਸ ਤਿਆਗ ਗਏ ਘਰ ਕਿ ਚੋਟ ਲੱਗ ਗਈ ... ਬੜੀ ਵੱਡੀ ਚੋਟ ਮਾਰੀ । ਘਰਵਾਲੀ ਨੇ ਹੀ ਤਰਕ ਮਾਰ ਦਿੱਤੀ ।

ਧਰੂ ਤਿਆਗ ਗਏ ਕਿਉਂਕਿ ਮਤਰੇਈ ਮਾਂ ਨੇ ਧੱਕੇ ਮਾਰ ਦਿੱਤੇ, ਭਟਕਾ ਕੇ ਰੱਖ ਦਿੱਤਾ । ਮਾਂ ਵੀ ਰੋਈ, ਸ਼ਹਿਜ਼ਾਦਾ ਵੀ ਰੋਇਆ । ਫੈਸਲਾ ਦੋਨਾਂ ਦਾ, ਮਾਂ-ਪੁੱਤ ਦਾ ਇਹ ਹੋਇਆ ਕਿ ਤਿਆਗ ਜਾਉ । ਮਹਿਲਾਂ ਵਿੱਚ ਸੁੱਖ ਨਹੀਂ । ਤੁਸੀਂ ਤਿਆਗ ਜਾਉ । ਬਨਵਾਸੀ ਹੋ ਜਾਉ । ਜੰਗਲਾਂ ਨੂੰ, ਬਨਾ ਨੂੰ ਚਲੇ ਜਾਉ ।

ਲਖਾਂ ਵਰ੍ਹੇ ਇਹ ਗੱਲ ਚੱਲੀ ਆਈ । ਵੱਡੇ-ਵੱਡੇ ਗੁਰੂ ਗੋਰਖ, ਵੱਡੇ-ਵੱਡੇ ਤੱਤਾਤ੍ਰੇ, even ਸੋਹਣਾ Prince ਜੋ ਫਿਰ ਗੌਤਮ ਬੁੱਧ ਹੋਏ । ਅੱਧੀ ਰਾਤ ਕਪਲਵੱਸਤੂ ਦੀ ਰਾਜਧਾਨੀ ਛੋੜ ਗਏ । ਰਾਣੀ ਛੋੜ ਗਏ । ਛੋਟਾ ਬਾਲ ਸੀ, ਉਹਨੂੰ ਵੀ ਛੋੜ ਗਏ । ਰੋਏ ਤਾਂ ਬੜੇ ਪਰ ਛੋੜ ਗਏ ।

ਇੱਧਰ ਹੁਣ ਆਪਾਂ ਸੁਣੀਏ, ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ : **ਤੂੰ ਵੀ ਸੰਨਿਆਸੀ ਬਣਨਾ ਹੈ । ਐਸਾ ਨਹੀ ਕਿ ਤੂੰ ਸੰਨਿਆਸੀ ਨਹੀਂ ਬਣਨਾ । ਸੰਨਿਆਸ ਲੈਣਾ ਹੈ ਪਰ ਮੇਰੇ ਇਸ ਸੰਨਿਆਸ ਦੀ ਜਿਹੜੀ ਵਿਧੀ ਹੈ, ਉਹ ਇਹ ਹੈ, ਬਾਹਰ ਸੰਨਿਆਸ ਨਹੀ ਕਰਨਾ, ਵਣਾਂ ਵੱਲ ਨਹੀਂ ਜਾਣਾ । ਘਰ ਨਹੀਂ ਛੋੜਨਾ । ਸੰਸਾਰ ਚ ਰਹਿ ਕੇ ਸੰਨਿਆਸੀ ਬਣਨਾ ਹੈ ।** ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਆਪਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਾ ਰਹੇ ਹਨ । ਆਪਾਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ, ਅਪਣੇ ਮਨ ਨੂੰ ਆਪਾਂ ਸਮਝਾਈਏ । ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਮਨ ਨਾ.ਲ ਗੱਲ ਕਰੀ । ਆਪਾਂ ਦੂਜਿਆਂ ਨੰ ਉਪਦੇਸ਼ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ ।

ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਵੇ.ਲਾ ਚੁਣਿਆ ਮਹਾਂਪੁਰਸ਼ਾਂ[੧] ਨੇ, ਜਿਹੜੇ ਵੱਡੇ ਸਨ ਕਿ

---

੧ ਸੰਤ ਅਤਰ ਸਿੰਘ ਜੀ ਮਸਤੂਆਣੇ ਵਾਲੇ

ਅੱਧੀ ਰਾਤ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰੋ । ਥੋੜ੍ਹੇ ਲੋਕ ਆਉਣਗੇ, ਵਾਹ ਘੱਟ ਪਊਗਾ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ਼ । ਜਿਉਂ-ਜਿਉਂ ਤੁਸੀਂ ਸੰਸਾਰ ਨਾਲ਼ ਬਹੁਤਾ ਵਾਹ ਪਾਉਂਗੇ, ਖਿੰਡਾਓ ਬਣਦਾ ਹੈ । ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰੋ, ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਵੀ ਇਸੇ ਲਈ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਦੇਖੋ ਨਹੀਂ ਕੌਣ ਆਇਆ, ਮੂੰਹ ਨਾ ਕਿਸੇ ਦਾ ਦੇਖੋ । Face ਨਾ ਦੇਖੋ ।

ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਦੱਸਦਾ ਹੈ, ਤੁਰੰਤ ਉਹਦੇ face ਦਾ ਅਕਸ਼ ਤੁਹਾਡੀ ਸੁਰਤ ਲੈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ । ਇਹੀ ਫਿਰ ਕਾਰਨ ਬਣ ਜਾਂਦਾ । ਇਹਨੂੰ ਫਿਰ ਤੋੜਨਾ ਬੜਾ ਔਖਾ ਹੈ ।

ਸੁਣੀਏ । ਮਹਾਰਾਜ ਕਹਿੰਦੇ : ਰੇ ਮੰਨ ! ਤੈਂ ਕਿਹੜਾ, ਇਕ ਕੈਸਾ ਸੰਨਿਆਸ ਕਰਨਾ ਹੈ ? ਤੂੰ ਕਿਹੋ-ਜਿਹਾ ਸੰਨਿਆਸੀ ਬਣਨਾ ਹੈ ? ਐਸਾ । ਐਸਾ ਸੰਨਿਆਸੀ ।

ਰੇ ਮਨ ਐਸੋ ਕਰਿ ਸੰਨਿਆਸਾ ॥
O mind! Practise renunciation in this way:

ਬਨ ਸੇ ਸਦਨ ਸਭੈ ਕਰਿ ਸਮਝਹੁ ਮਨ ਹੀ ਮਾਹਿ ਉਦਾਸਾ ॥ ੧॥ ਰਹਾਉ ॥
Consider all the dwellings to be the forest.
Remain detached at heart.

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਸਾਹਿਬ ਜੀ – ਸ਼ਬਦ ਹਜ਼ਾਰੇ)

ਹੁਣ ਮਹਾਰਾਜ ਦੱਸਦੇ ਜਾ ਰਹੇ ਨੇ । "ਬਨ" ਤੇ "ਸਦਨ" ਘਰ ਦਾ ਨਾਮ ਹੈ । ਤੂੰ ਸਦਨ ਚ, ਘਰ ਚ ਰਹਿ – ਪਰ ਰਹਿ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਿਵੇਂ ਬਨ ਚ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ । ਅਚਰਜ ਗੱਲ ਕਹਿੰਦੇ ਨੇ । ਰਹਿ ਘਰ ਚ ਪਰ ਰਹਿ ਇਸ ਜੁਗਤ ਨਾਲ਼, ਢਾਲ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕਿ ਤੂੰ ਬਨ ਚ ਬੈਠਾ ਹੋਵੇਂ । ਜੰਗਲ ਚ ਬੈਠਾ ਹੋਵੇਂ । **ਬੈਠਾ ਘਰ ਵਿੱਚ ਪਰ ਰਹੇਂ ਬਨ ਵਿੱਚ । ਤੇਰੀ ਉਦਾਸੀ ਬਾਹਰ ਨਾ ਵਿਖਾ ਕਿ ਤੂੰ ਬੜਾ ਉਦਾਸ ਹੈ, ਬੜਾ ਨਿਰਾਸ ਹੈ । ਕੋਈ ਇਹ judge ਨਾ ਕਰੇ ਕਿਉਂਕਿ ਕਰਮ ਦੇ ਵਿੱਚ ਵਿਘਨ ਪਊਗਾ ਫਿਰ । ਤੂੰ ਸੰਸਾਰ ਚ ਰਹਿ ਕੇ ਕਰਮ ਕਰਨਾ ਹੈ – ਜੋ**

ਕਰਮ ਫ਼ਰਜ਼ ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ । ਉਹ ਤੂੰ ਨਿਭਾਉਣਾ ਹੈ । ਪਰ ਐਸਾ ਨਹੀ ਕਿ ਉਸ ਕਰਮ ਦੇ ਵਿੱਚ ਤੂੰ, ਉਹਨੂੰ ਜਾਲ਼ ਬਣਾ ਕੇ, ਉਹਦੇ ਵਿੱਚ ਫਸ ਜਾਵੇਂ । Detachment ਤੇਰੀ, ਅਨਾਸ਼ਕਤੀ ਤੇਰੀ ਐਸੀ ਹੋ ਜਾਏ ।

ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਸੰਨਿਆਸ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰ ਰਹੇ ਨੇ । ਗੁਰੂ ਜੀ ਦਾ ਸੰਨਿਆਸ – ਇੱਕ ਸਾਧੂ ਦਾ ਸੰਨਿਆਸ, ਬੁੱਧ ਦਾ ਸੰਨਿਆਸ, ਮਹਾਂਵੀਰ ਦਾ ਸੰਨਿਆਸ, ਗੋਰਖ ਦਾ ਸੰਨਿਆਸ, ਤੱਤਾਤ੍ਰੇ ਦਾ ਸੰਨਿਆਸ ਨਹੀਂ ਲੈ ਰਹੇ । ਗੁਰੂ ਘਰ ਦਾ ਸੰਨਿਆਸ ਸਮਝਾ ਰਹੇ ਹਨ ।

ਆਉ, ਆਪਾਂ ਵਿਚਾਰਦੇ ਜਾਈਏ । ਫਿਰ ਅੱਗੇ ਕਹਿੰਦੇ :

ਅਲਪ ਅਹਾਰ ਸੁਲਾਪ ਸੀ ਨਿੰਦ੍ਰਾ ਦਯਾ ਛਿਮਾ ਤਨ ਪ੍ਰੀਤਿ ॥

Eat little, sleep little
and generate compassion and forbearance in your heart.

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਸਾਹਿਬ ਜੀ – ਸ਼ਬਦ ਹਜ਼ਾਰੇ)

ਆਪ ਧੰਨ ਹੋ ! ਨਿੱਤ ਦੇ ਅਭਿਆਸੀ ਹੋ । ਪਰ ਜੇ ਕਿਤੇ ਅਭਿਆਸ ਵਿੱਚ ਊਣਤਾਈ ਹੈ, ਆਲਸ ਹੈ, ਇਹ ਚਾਲੀ ਦਿਨ ਜਿਹਦੇ ਆਪਾਂ "ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਦਾ ਦਿਨ" ਦੇ ਮਨਾ ਰਹੇ ਹਾਂ, ਪੋਹ ਸੁਦੀ ੭ਵੀਂ ਤੱਕ, **ਅੱਧੀ ਰਾਤ ਦਾ ਇਸ਼ਨਾਨ ਪੱਕਾ ਕਰੀਏ । ਢਾਈ ਵੱਜਣ, ਦੋ ਵੱਜਣ – ਇਸ਼ਨਾਨ । ਸਰੀਰ ਨਾ ਆਗਿਆ ਦੇਵੇ, ਰਜਾਈ ਕਾਲਾ ਨਾਗ ਨਜ਼ਰ ਆਏ, ਪਲੰਗ ਦੁੱਖਦਾਈ ਨਜ਼ਰ ਆਏ । ਐਸੀ ਬਿਰਤੀ ਬਣਾ ਕੇ ਦੇਖੀਐ । ਕੁਛ ਦਿਨ ਬਣਾ ਕੇ ਦੇਖੋ । ਕਿਉਂਕਿ ਇਉਂ ਜਾਪਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬਹੁਤਾ ਸੌਣਾ, ਬਹੁਤਾ ਖਾਣਾ, ਨਾਸ਼ ਕਰਨਾ ਹੈ । ਜੀਵਨ ਦਾ ਨਾਸ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਬਹੁਤਾ ਸੌਣ ਨਾਲ਼ ।**

ਕਿਉਂਕਿ ਇਉਂ ਜਾਪਦਾ ਹੈ, ਇਉਂ ਸਮਝ ਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਇਕ ਮਰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ । ਸੌਣਾ ਵੀ ਇੱਕ ਮਰਨਾ ਹੈ । ਬਹੁਤ ਚਿਰ ਮਰਿਆ ਰਹੇ ਆਦਮੀ, ਥੋੜ੍ਹਾ ਚਿਰ ਮਰਿਆ ਰਹੇ । ਬਹੁਤੇ ਘੰਟੇ ਇੱਕ ਆਦਮੀ ਮੁਰਦਾ ਪਿਆ ਹੈ । ਸ਼ਾਇਦ ਤਦੀ ਸੰਤਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ : "*ਪਿਛਲ ਰਾਤਿ ਨ ਜਾਗਿਓਹਿ*"

ਫਰੀਦਾ ਪਿਛਲ ਰਾਤਿ ਨ ਜਾਗਿਓਹਿ ਜੀਵਦੜੋ ਮੁਇਓਹਿ ॥
Fareed, if you do not awaken in the early hours before dawn,
you are dead while yet alive.

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ੧੩੮੩)

ਬੜੀ ਕਰੜੀ ਗੱਲ ਕਹੀ : "ਜੀਵਦੜੋ ਮੁਇਓਹਿ"

ਉਹ ਜਿਉਂਦਾ ਹੀ ਮਰਿਆ ਹੋਇਆ ਆਦਮੀ ਹੈ, ਪੂਰਨ ਮਰਿਆ ਹੋਇਆ ਮਨੁੱਖ ਹੈ, ਜੋ ਪਿਛਲੀ ਰਾਤ ਜਾਗਦਾ ਨਹੀਂ । ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਨੇ : ਥੋੜ੍ਹਾ ਖਾਉ, ਥੋੜਾ ਸੌਂ ਕੇ ਵੇਖੋ । "ਅਲਪ ਅਹਾਰ"

ਅਲਪ ਅਹਾਰ ਸੁਲਪ ਸੀ ਨਿੰਦ੍ਰਾ ਦਯਾ ਛਿਮਾ ਤਨ ਪ੍ਰੀਤਿ ॥
Eat little, sleep little and generate compassion
and forbearance in your heart.

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਸਾਹਿਬ ਜੀ – ਸ਼ਬਦ ਹਜ਼ਾਰੇ)

ਨਾ਼ਲ ਵਿਚਾਰੋ । ਨਾ਼ਲ ਪੜ੍ਹੋ, ਵਿਚਾਰੋ ।

ਧੰਨ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ । ...

ਧਿਆਨ ਧਰੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ।

ਧੰਨ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ । ...

ਧੰਨ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ । ...

ਓਹੀ, ਓਹੀ ਹਨ ।

ਧੰਨ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ । ...

ਧੰਨ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ । ...

ਅਲਪ ਅਹਾਰ ਸੁਲਾਪ ਸੀ ਨਿੰਦ੍ਰਾ ਦਯਾ ਛਿਮਾ ਤਨ ਪ੍ਰੀਤਿ ॥
Eat little, sleep little and generate compassion
and forbearance in your heart.

ਸੀਲ ਸੰਤੋਖ ਸਦਾ ਨਿਰਬਾਹਿਬੋ ਹ੍ਵੈਬੋ ਤ੍ਰਿਗੁਣ ਅਤੀਤਿ ॥ ੨॥
Profess pure conduct and patience always.
Remain free from the three(goodness, passion and darkness)
constituents of nature.

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਸਾਹਿਬ ਜੀ – ਸ਼ਬਦ ਹਜ਼ਾਰੇ)

ਰੇ ਮਨ ਐਸੋ ਕਰਿ ਸੰਨਿਆਸਾ ॥
O mind! Practise renunciation in this way:

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਸਾਹਿਬ ਜੀ – ਸ਼ਬਦ ਹਜ਼ਾਰੇ)

ਅਲਪ ਅਹਾਰ, ਸੁਲਾਪ ਸੀ ਨਿੰਦ੍ਰਾ । ਫਿਰ, ਦਯਾ ਛਿਮਾ । ਨਾਲ ਹੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ **ਤਨ ਜਿਹੜਾ ਹੈ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਮੰਦਰ ਹੈ । ਇਹ ਤਨ ਨੂੰ, ਬਹੁਤ ਤੂੰ ਨਾਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ ! ਇਹ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਮੰਦਰ ਨੂੰ ਢਾਹੁੰਦਾ ਹੈ । ਜੋ ਆਪਣੇ ਤਨ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ: ਕਿਉਕਿ ਓੜਕ ਤਨ ਵਿੱਚ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਵਾਸਾ ਹੈ । 'ਹਰੀ ਮੰਦਰ' ਇਸੇ ਲਈ ਕਿਹਾ ਇਸਨੂੰ ਕਿ ਇਹਦੇ ਵਿੱਚ ਹਰੀ ਦਾ ਵਾਸਾ ਹੈ । ਕਾਇਆ ਵਿੱਚੋਂ ਹੀ ਦਰਸ਼ਨ ਹੋਣੇ ਹਨ ।**

ਆਪਾਂ ਲੋਕ ਕਾਇਆ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਰੋਲ਼ਦੇ ਹਾਂ, ਇਹ ਕਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ । ਵਿਕਾਰਾਂ ਵਿੱਚ; ਕਦੀ ਕ੍ਰੋਧ, ਕਦੀ ਹੋਰ । ਇਹ ਜਿਤਨੇ ਇਹ ਵਿਕਾਰ ਹਨ, ਇਹ ਕੀ ਹਨ ? ਵਿਕਾਰ ਕੀ ਹਨ ? ਇਹ ਨਾਸ਼ ਕਰਦੇ ਨੇ, ਕਾਇਆ ਦਾ ਨਾਸ਼ ਕਰਦੇ ਨੇ ।

ਜਿੰਨਾਂ ਵਿਕਾਰੀ ਮਨੁੱਖ ਹੈ, ਕਾਇਆ ਦਾ ਨਾਸ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ । ਜਿੰਨਾਂ ਕ੍ਰੋਧੀ ਆਦਮੀ ਹੈ, ਉਹ ਕਾਇਆ ਦੀ ਜੜ੍ਹ ਪੁੱਟਦਾ ਹੈ । ਇਹ ...

ਕਾਮੁ ਕ੍ਰੋਧੁ ਕਾਇਆ ਕਉ ਗਾਲੈ ॥
Sexual desire and anger waste the body away.

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ੪੭੦)

ਇਹ ਗਾਲ਼ ਕੇ ਰੱਖ ਦਿੰਦੇ ਹਨ । **ਕਈ ਲੋਕ ਕਾਇਆ ਨੂੰ ਗਾਲ਼ ਕੇ ਕਹਿੰਦੇ ਨੇ, ਮੈਨੂੰ ਦਰਸ਼ਨ ਨਹੀ ਹੁੰਦੇ ? ਓ ਭਾਈ ! ਤੂੰ ਮੰਦਰ ਤਾਂ ਢਾਹ ਦਿੱਤਾ ! ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਮੰਦਰ ਢਾਹ ਕੇ ਹੁਣ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਕਿਉ ਮੰਗਦਾ ਹੈ ?** ਤੂੰ ਤਾਂ ਮਹਾਂਪਾਪੀ ਆਦਮੀ ਹੈਂ । ਮੰਦਰ ਢਾਹਤਾ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ !

ਆਉ, ਆਪਾਂ ਕੀ.... : ਤਨ ਪ੍ਰੀਤਿ । ਫਿਰ ਕਹਿੰਦੇ ਨੇ :

ਸੀਲ ਸੰਤੋਖ ਸਦਾ ਨਿਰਬਾਹਿਬੋ ਹ੍ਵੈਬੋ ਤ੍ਰਿਗੁਣ ਅਤੀਤਿ ॥ ੨॥
Profess pure conduct and patience always.
Remain free from the three (goodness, passion and darkness)
constituents of nature.

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਸਾਹਿਬ ਜੀ – ਸ਼ਬਦ ਹਜ਼ਾਰੇ)

ਕਿਹੜੇ ਕਿਹੜੇ ਤਿਆਗਣੇ ਨੇ ? ਸੰਨਿਆਸ ਦੱਸ ਰਹੇ ਨੇ, ਕਿ ਸੰਨਿਆਸ ਇਹ ਹੈ । ਪਰਮ ਪਦਵੀ ਤੱਕ ਤੂੰ ਜਾਣ ਲਈ :

ਕਾਮ ਕ੍ਰੋਧ ਹੰਕਾਰ ਲੋਭ ਹਠ ਮੋਹ ਨ ਮਨ ਸੋ ਲ੍ਯਾਵੈ ॥
Do not conceive of lust, wrath, haughtiness, greed, obstinacy
and attachment in your mind.

ਤਬ ਹੀ ਆਤਮ ਤਤ ਕੋ ਦਰਸੇ ਪਰਮ ਪੁਰਖ ਕਹ ਪਾਵੈ ॥ ੩॥ ੧॥
Thus you will behold the reality of your soul
and attain the Almighty (Supreme Being).

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਸਾਹਿਬ ਜੀ – ਸ਼ਬਦ ਹਜ਼ਾਰੇ)

ਇਸੇ ਲਈ ਕਾਬਲੀ ਸਾਹਿਬ ਪਿਆਰੇ ਬਚਨ ਕਰਦੇ ਨੇ ਕਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲੇ ਦੀ ਸਾਧਨਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖੋ । ਪਰ ਬਹੁਤ ਵਿਘਨ ਆ ਗਏ ਨੇ । ਇਸ ਲਈ ਅੱਜ ਦਾ ਹੀ ਦਿਨ ਹਾਜ਼ਰੀ ਰੱਖੋ; ਇਸ ਢੰਗ ਵਿੱਚ । ਹਾਜ਼ਰੀ ਘਰਾਂ ਚ

ਰੱਖੋ । ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰੋ, ਸਾਧਨਾ ਵੀ ਕਰੋ । ਸਭ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੀ ਹੈ ਕਿ ਫਿਰ ਜੇ ਸਾਜ਼ਾਂ ਨਾਲ਼ ਸਾਧਨਾ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ, ਇਕਾਂਤ ਚ ਅਪਣੇ ਘਰ ਚ ਬੈਠ ਕੇ ਗੁਰਮੰਤਰ ਦੇ ਸਿਮਰਨ ਨਾਲ਼, ਗੁਰਮੰਤਰ ਦੇ ਸੁਆਸ ਦੇ ਸਿਮਰਨ ਨਾਲ਼, ਚਲਾਉ ਸਾਧਨਾ । ਘੰਟਾ ਬੈਠੋ, ਦੋ ਘੰਟੇ ਬੈਠੋ; ਜਿੰਨਾਂ ਸਮਾਂ ਇੱਥੇ ਬੈਠਦੇ ਹਾਂ ।

ਨਾ ਸੂਤ ਆਏ, ਅਰਦਾਸ ਚ ਜੁੜ ਜਾਣਾ । ਕੋਈ ਸ਼ਬਦ ਅਰਦਾਸ ਦਾ ਲੈ ਲਓ । ਉਸੇ ਅਰਦਾਸ ਚ ਵਾਰ ਵਾਰ ਅਪਣੀ ਸੁਰਤ ਨੂੰ ਬਾਰੰਬਾਰ....

ਸੁਖਮਨੀ ਸਾਹਿਬ ਚ ਕੁਛ ਬੋਲ ਐਸੇ ਨੇ - ਜਦੋਂ ਦੇਖੋ ਮਨ ਇੱਧਰ-ਉੱਧਰ ਜਾਂਦਾ :

ਅੰਧ ਕੂਪ ਮਹਿ ਪਤਿਤ ਬਿਕਰਾਲ ॥
I have fallen into the deep, dark pit.

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ੨੬੭)

ਇਹ ਕਰੋ ਅਰਦਾਸ ਕਿ : ਮੈਂ ਤਾਂ ਖੂਹ ਚ ਡਿੱਗ ਪਿਆ, ਮਹਾਰਾਜ ! ਅੰਨ੍ਹੇ ਖੂਹ ਚ ਡਿੱਗ ਪਿਆ । ਬੜਾ ਭਿਆਨਕ, ਅੰਦਰ ਕਾਲ਼ੇ ਨਾਗ ਪਏ ਹਨ ।

ਨਾਨਕ ਕਾਢਿ ਲੇਹੁ ਪ੍ਰਭ ਦਇਆਲ ॥੪॥
Nanak: lift me up and save me, O Merciful Lord God!

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ੨੬੭)

ਕਰਤਾਰ ਕਰੁਣਾ ਮੈ ਦੀਨੁ ਬੇਨਤੀ ਕਰੈ ॥
O Creator, Lord of Mercy - Your humble servant prays;
ਨਾਨਕ ਤੁਮਰੀ ਕਿਰਪਾ ਤਰੈ ॥੬॥
Nanak: by Your Grace, please save me.

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ੨੬੭)

ਇਹੋ-ਜਿਹੀਆਂ ਬੇਨਤੀਆਂ ਅੱਧਾ-ਅੱਧਾ ਘੰਟਾ । **ਮਹਾਂਪੁਰਸ਼ ਦੱਸਦੇ ਸਨ**

ਕਿ ਜਦੋਂ ਮਨ ਨਾ ਟਿਕੇ, ਫਿਰ ਬੇਨਤੀ ਚ ਜੁੜ ਜਾਉ । ਜੇ ਆਲਸ ਆਵੇ, ਫਿਰ ਰੋਣ ਲੱਗ ਜਾਉ । ਇੰਨਾਂ ਰੋਵੋ ਕਿ ਆਲਸ ਭੱਜ ਜਾਵੇ । ਕਈ ਵੀਰ, ਸਗੋਂ ਆਲਸ ਨੂੰ ਤਰਸ ਕਰਦੇ, ਆ; ਕੇ ਆਲਸ ਆਵੇ ।

ਆਉ, ਹੁਨ ਆਪਾਂ ਨਾਲ਼-ਨਾਲ਼ ਇਹ ਬੇਨਤੀ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਪੜ੍ਹਦੇ ਜਾਈਏ ।

ਅੰਧ ਕੂਪ ਮਹਿ ਪਤਿਤ ਬਿਕਰਾਲ ॥
I have fallen into the deep, dark pit.
ਨਾਨਕ ਕਾਢਿ ਲੇਹੁ ਪ੍ਰਭ ਦਇਆਲ ॥੪॥
Nanak: lift me up and save me, O Merciful Lord God!

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ੨੬੭)

ਕੁਚਿਲ ਕਠੋਰ ਕਪਟ ਕਾਮੀ ॥
I am filthy, hard-hearted, deceitful and obsessed with sexual desire.
ਜਿਉ ਜਾਨਹਿ ਤਿਉ ਤਾਰਿ ਸੁਆਮੀ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥
Please carry me across, as You wish, O my Lord and Master.

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ੧੩੦੧)

ਧੰਨ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ । ...

ਦੇਖੋ, **ਕੋਈ ਆਦਮੀ ਕਵੇ, ਮੈਨੂੰ guide ਕਰੋ । ਇਦੂੰ ਚੰਗੀ guidance, ਜੋ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਅੱਜ ਆਪਾਂ ਨੂੰ ਬਖ਼ਸ਼ ਰਹੇ ਹਨ, ਕਿਤੇ ਚਲਾ ਜਾਏ ਮਨੁੱਖ, ਲੱਬ ਨਹੀ ਸਕਦੀ ।** ਉਨ੍ਹਾਂ ਆਖਿਆ ਤੂੰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨੇ ਨੇ, ਆਤਮ ਤੱਤ ਦਾ ਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਸੰਨਿਆਸੀ ਇਉਂ ਬਣਨਾ ਪਊਗਾ । ਜੇ ਤੂੰ ਕਵੇਂ ਮੈਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਸੰਨਿਆਸ ਨਹੀਂ ਲੈਣਾ, ਕਾਮ ਤੋਂ ਨਹੀਂ ਲੈਂਣਾ, ਕ੍ਰੋਧ, ਲੋਭ, ਮੋਹ, ਹੱਠ । ਹੱਠ ਵੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਹੀ ਬੁਰਾ ਹੈ ਜਿਤਨਾ ਕ੍ਰੋਧ ਬੁਰਾ ਹੈ, ਜਿਤਨਾ ਲੋਭ ਬੁਰਾ ਹੈ । ਇਹ ਛੇਵਾਂ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨੇ ਨਾਲ਼ ਜੋੜਿਆ ਹੈ । ਹਠੀ ਆਦਮੀ ਨੂੰ ਕੁੱਝ ਲੱਭਦਾ ਨਹੀਂ । ਮਰ ਵੀ ਜਾਏ ਚਿਖ਼ਾ ਚ ਜਾ ਕੇ, ਤਦ ਵੀ ਸ਼ਾਇਦ ਉਹਨੂੰ ਕੋਈ ਵਾਹਿਗੁਰੂ

ਦੀ ਕਣੀ ਦਾ ਗਿਆਨ ਨਹੀਂ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ।

ਆਉ, ਫਿਰ ਪੜ੍ਹੀਏ :

ਤਬ ਹੀ ਆਤਮ ਤਤ ਕੋ ਦਰਸੇ ਪਰਮ ਪੁਰਖ ਕਹ ਪਾਵੈ ॥ ੩॥ ੧॥

Thus you will behold the reality of your soul
and attain the Almighty (Supreme Being).

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਸਾਹਿਬ ਜੀ – ਸ਼ਬਦ ਹਜ਼ਾਰੇ)

ਰੇ ਮਨ ਐਸੋ ਕਰਿ ਸੰਨਿਆਸਾ ॥

O mind! Practise renunciation in this way.

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਸਾਹਿਬ ਜੀ – ਸ਼ਬਦ ਹਜ਼ਾਰੇ)

ਇੱਕ ਗੱਲ ਪੱਕੀ ਕਰ ਲਈਏ । ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਉਪਦੇਸ਼ ਨਾ ਦੇਈਏ । ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਦੋਸ਼, ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਅਗਰ ਕੋਈ ਗੁਨਾਹ ਹੈ ... ਕਿਉਂਕਿ ਸਾਡੀ ਲਾਇਨ ਬਣਾ ਦਿੱਤੀ... ਵਾਹਿਗੁਰੂ ! ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਗੱਲ ਕਹਿਣੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ । ਇਹ ਬੜਾ ਦੋਸ਼ ਬਣਦਾ ਹੈ । ਉਪਦੇਸ਼ ਦੇਣਾ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਹੀ ਵੱਡਾ ਦੋਸ਼ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਕੀ ਕਹਿੰਦੇ ਨੇ :

ਰੇ ਮਨ ਐਸੋ ਕਰਿ ਸੰਨਿਆਸਾ ॥

O mind! Practise renunciation in this way.

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਸਾਹਿਬ ਜੀ – ਸ਼ਬਦ ਹਜ਼ਾਰੇ)

ਸਿੱਧੀ ਗੱਲ, direct ਆਪਣੇ ਮਨ ਨਾਲ ਵਾਹ ਪਾਉ । ਮਹਾਰਾਜ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ : ਜਿੰਨਾ ਝਗੜਾ ਬਾਹਰ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਮਨ ਨਾਲ਼ ਕਰੋ । ਜਿੰਨਾਂ ਕਲੇਸ਼ ਬਾਹਰ ਚੱਲਦਾ ਹੈ, ਮਨ ਨਾਲ਼ ਚਲਾ ਦਿਓ । ਬਹੁਤ ਵੱਡਾ battlefield ਹੈ, ਅੰਦਰ । ਬਹੁਤ ਵੱਡਾ; ਸ਼ਾਇਦ ਇਤਨਾ ਮਹਾਂਭਾਰਤ ਦਾ ਯੁੱਧ ਵੱਡਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਿਤਨਾ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਅੰਦਰ ਯੁੱਧਕਸ਼ੇਤਰ(battlefield) ਹੈ, ਲੜਨ ਵਾਸਤੇ । ਮੂਰਖ ਲੋਕ ਬਾਹਰ ਲੜਦੇ ਹਨ ।

ੴ ਸ੍ਰੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫਤਹ ॥

ਰਾਮਕਲੀ ਪਾਤਿਸ਼ਾਹੀ ੧੦ ॥

ਰੇ ਮਨ ਐਸੋ ਕਰਿ ਸੰਨਿਆਸਾ ॥
O mind! Practise renunciation in this way:

ਬਨ ਸੇ ਸਦਨ ਸਭੈ ਕਰਿ ਸਮਝਹੁ ਮਨ ਹੀ ਮਾਹਿ ਉਦਾਸਾ ॥ ੧॥ ਰਹਾਉ ॥
Consider all the dwellings to be the forest.
Remain detached at heart.

ਜਤ ਕੀ ਜਟਾ ਜੋਗ ਕੋ ਮੱਜਨੁ ਨੇਮ ਕੇ ਨਖਨ ਬਢਾਓ ॥
Make continence your matted hair, union with God your ablution
and your daily practice (duties) growth of your long nails.

ਗਯਾਨ ਗੁਰੂ ਆਤਮ ਉਪਦੇਸਹੁ ਨਾਮ ਬਿਭੂਤ ਲਗਾਓ ॥੧॥
Consider divine knowledge your preceptor, preach yourself
and apply the repetition of God's name as ashes to your body.

ਅਲਪ ਅਹਾਰ ਸੁਲਪ ਸੀ ਨਿੰਦ੍ਰਾ ਦਯਾ ਛਿਮਾ ਤਨ ਪ੍ਰੀਤਿ ॥
Eat little, sleep little
and generate compassion and forbearance in your heart.

ਸੀਲ ਸੰਤੋਖ ਸਦਾ ਨਿਰਬਾਹਿਬੋ ਹ੍ਵੈਬੋ ਤ੍ਰਿਗੁਣ ਅਤੀਤਿ ॥ ੨॥
Profess pure conduct and patience always.
Remain free from the three(goodness, passion and darkness)
constituents of nature.

ਕਾਮ ਕ੍ਰੋਧ ਹੰਕਾਰ ਲੋਭ ਹਠ ਮੋਹ ਨ ਮਨ ਸੋ ਲਯਾਵੈ ॥
Do not conceive of lust, wrath, haughtiness, greed, obstinacy
and attachment in your mind.

ਤਬ ਹੀ ਆਤਮ ਤਤ ਕੋ ਦਰਸੇ ਪਰਮ ਪੁਰਖ ਕਹ ਪਾਵੈ ॥ ੩॥ ੧॥
Thus you will behold the reality of your soul
and attain the Almighty (Supreme Being)

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਸਾਹਿਬ ਜੀ - ਸ਼ਬਦ ਹਜ਼ਾਰੇ)

